

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA**  
**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**  
**ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD**  
**FÍSICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-**  
**-PADEP/DEF-**

**“EL ROL DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA DEL PADEP/DEF EN  
EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DESDE EL  
ÁMBITO BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO, SOCIAL Y LABORAL EN LA  
ESCUELA NORMAL DE EDUCACIÓN FÍSICA KM. 197.5  
CARRETERA A ESQUIPULAS COLONIA LOS PINOS,  
QUETZALTÉPEQUE CHIQUIMULA JORNADA DOBLE, NIVEL MEDIO  
CICLO DIVERSIFICADO”**

**POR**

**FREDY ANTONIO ONOFRE PÉREZ**

**PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE:**

**PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**EN EL GRADO DE:**

**PROFESORADO**

**GUATEMALA, OCTUBRE DE 2016**

The seal of the University of San Carlos of Guatemala is a large circular emblem in the background. It features a central figure of a woman holding a book, surrounded by various symbols including a castle, a lion, and a column. The Latin motto "CETERAS ORBIS CONSPICUA CAROLINA ACCADEMIA COACTEMALTENSIS INTER" is inscribed around the perimeter.

CONSEJO DIRECTIVO  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Universidad de San Carlos de Guatemala

Licenciado Abraham Cortez Mejía

**DIRECTOR**

M.A Mynor Estuardo Lemus Urbina

**SECRETARIO**

Licenciada Dora Judith López Avendaño

Licenciado Ronald Giovanni Morales Sánchez

**REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES**

Pablo Josue Mora Tello

Mario Estuardo Sitaví Semeyá

**REPRESENTANTES ESTUDIANTILES**

M.A Juan Fernando Porres Arellano

**REPRESENTANTE DE EGRESADOS**

C.c. Control Académico  
Archivo  
Reg. 90-2016  
CODIPs. 2330-2016

De Orden de Impresión de Sistematización

26 de Septiembre de 2016

Estudiante  
Fredy Antonio Onofre Pérez  
PADEP/DEF  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto NONAGÉSIMO PRIMERO (91º) del Acta CINCUENTA Y SIETE GUIÓN DOS MIL DIECISÉIS (57-2016), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 27 de septiembre 2016, que copiado literalmente dice:

**“NONAGÉSIMO PRIMERO:** El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Sistematización, titulada: **“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Normal de Educación Física Km. 197.5 Carretera a Esquipulas Colonia Los Pinos, Quetzaltepeque Chiquimula jornada doble, nivel medio ciclo diversificado”**, de la carrera de profesorado de Educación Física realizado por:

**Fredy Antonio Onofre Pérez**

**CARNÉ: 201415525**

Con base a lo anterior, El Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Sistematización, con fines de graduación profesional.

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

  
M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina  
SECRETARIO



**PADEP/DEF No. 093-2016**  
28 de Julio de 2016

Señores  
**Consejo Directivo**  
**Escuela de Ciencias Psicológicas**  
**Centro Universitario Metropolitano**

Estimados Señores:

Me dirijo a ustedes para informarles que el **Licenciado Byron Antonio Maeda Gudiel** ha procedido a la revisión y aprobación del **INFORME FINAL DE SISTEMATIZACIÓN** titulado:

**“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Normal de Educación Física Km. 197.5 Carretera a Esquipulas Colonia Los Pinos, Quetzaltepeque Chiquimula jornada doble, nivel medio ciclo diversificado”**

Realizado por el estudiante:

**Fredy Antonio Onofre Pérez**

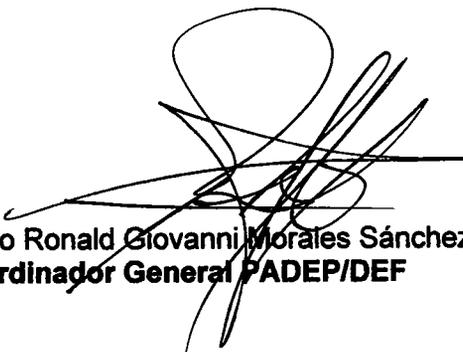
**CARNÉ: 201415525**

Carrera: **Profesorado de Educación Física**

El cual fue aprobado el 26 de febrero del año en curso por el Consejo Directivo. Por lo que se solicita continuar con los trámites correspondientes para obtener **ORDEN DE IMPRESIÓN**.

Atentamente,

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**



Licenciado **Ronald Giovanni Morales Sánchez**  
**Coordinador General PADEP/DEF**

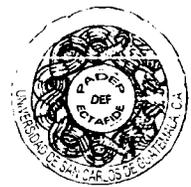




UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS  
DE GUATEMALA



ESUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGIA DE LA  
ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE -ECTAFICE-



Guatemala 06 mayo 2016

Licenciado  
**Ronald Giovanni Morales Sánchez**  
**Coordinador General**  
**PADEP/DEF**  
Presente

Licenciado Morales:

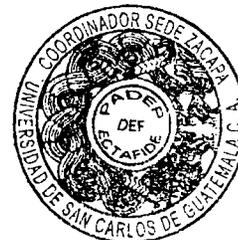
Tengo a bien dirigirme a usted, para informarle que se aprobó la Sistematización con fines de graduación titulado **“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF, en el Desarrollo Integral de los Estudiantes, desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Normal de Educación Física kilómetro 197.5 carretera a Esquipulas, colonia los Pinos, Quezaltepeque, Chiquimula, jornada doble, nivel medio, ciclo diversificado.”** De él estudiante Fredy Antonio Onofre Pérez, con carne 201415525 de la carrera del Profesorado de Educación Física, del Programa Académico de Desarrollo Profesional para Docentes de Educación Física PADEP/DEF.

Sin otro particular y agradeciendo su atención a la presente.

Atentamente,

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**

Lic. Byron Antonio Maeda Gudiel  
**Coordinador Sede Zacapa**  
**PADEP/DEF**



C.c. Control Académico  
Archivo  
Reg. 093-2016  
CODIPs. 864-2016

De Aprobación de Proyecto de Sistematización

26 de febrero de 2016

Estudiante  
Fredy Antonio Onofre Pérez  
PADEP/DEF  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto NONAGÉSIMO QUINTO (95º) del Acta CATORCE GUIÓN DOS MIL DIECISÉIS (14-2016), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 26 de febrero 2016, que copiado literalmente dice:

**“NONAGÉSIMO QUINTO:** El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Sistematización, titulada: **“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Normal de Educación Física Km. 197.5 Carretera a Esquipulas Colonia Los Pinos, Quetzaltepeque Chiquimula jornada doble, nivel medio ciclo diversificado”**, de la carrera de profesorado de Educación Física realizado por:

**Fredy Antonio Onofre Pérez**

**CARNÉ: 201415525**

El Consejo Directivo considerando que el Proyecto en referencia satisface los requisitos metodológicos exigidos por el Programa Académico de Desarrollo Profesional para Docentes de Educación Física -PADEP/DEF-, resuelve **APROBAR SU REALIZACIÓN.**

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

  
Licenciado Mynor Estuardo Lemus Urbina  
SECRETARIO



Guatemala 01 abril 2016

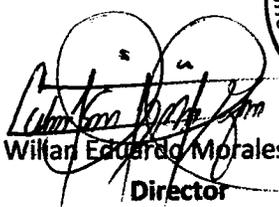
Licenciado  
Ronald Giovanni Morales Sánchez  
Coordinador General  
PADEP/DEF  
Presente

Estimado Licenciado Morales:

Respetuosamente hago de su conocimiento que en mi calidad de Director de la Escuela Normal de Educación Física de Chiquimula, el estudiante **Fredy Antonio Onofre Pérez**, carné No. **201415525**, desarrolló su Sistematización con el tema **"El Rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y laboral en la Escuela Normal de Educación Física kilómetro 197.5 Carretera a Esquipulas, Colonia Los Pinos, Quezaltepeque, Chiquimula, jornada doble, nivel medio ciclo Diversificado"**. Durante todo el tiempo demostró puntualidad, responsabilidad y dedicación en las labores desempeñadas, concluyendo satisfactoriamente su Sistematización.

Sin más que agregar y en espera de sus buenos oficios.

Atentamente,

  
Lic. Wilmar Eduardo Morales González  
Director  
Escuela Normal de Educación Física  
Quezaltepeque, Chiquimula.



## **DEDICATORIA**

A Dios: Por el don de la vida, por darme una hermosa familia y por iluminar mi mente para poder lograr mis propósitos.

A mis Padres: Por ser el ejemplo a seguir y apoyarme en todo momento en cada proyecto de mi vida.

A mi esposa e hijo: Por apoyarme en todo momento y ser ese soporte necesario para seguir adelante, a ellos va dedicado mi triunfo y que sirva de ejemplo a mi hijo.

A mis profesores: Por su paciencia, por compartir sus conocimientos y orientarme en mi proceso de formación profesional.

A mis estudiantes: Que son mi motivación para mejorar mi preparación académica y así brindarles una educación de calidad, que esta meta alcanzada sea para ellos un ejemplo de superación.

## Tabla de contenido

Título	página
<b>I MARCO CONCEPTUAL</b>	<b>1</b>
1.1 Planteamiento del problema	1
1.2 Justificación	3
1.2.1 Ámbito biológico	3
1.2.2 Ámbito psicológico	4
1.2.3 Ámbito social	4
1.2.4 Ámbito laboral	4
<b>II MARCO METODOLÓGICO</b>	<b>4</b>
2.1 Objetivo	5
2.1.1 Objetivo general	5
2.1.2 Objetivo específico	5
2.2 Método	6
2.2.1 Muestra	6
2.2.2 Recolección de datos	6
2.2.3 Análisis estadístico	7
2.2.4 Instrumentos	7
<b>III MARCO TEORICO</b>	<b>7</b>
3.1 El rol del profesor de educación física desde el ámbito biológico.	7
3.1.1 Nutrición sana	7
3.1.2 Desnutrición	8
3.1.3 Obesidad	8
3.1.4 Discapacidad	9
3.1.5 Discapacidad visual	9
3.1.6 Discapacidad auditiva	9

3.2	El rol del profesor de educación física desde el ámbito psicológico.	10
3.2.1	Motivación por la clase	10
3.2.2	Autoestima	11
3.2.3	Autoestima alta	11
3.2.4	Autoestima baja	12
3.2.5	Relaciones sociales	12
3.2.6	Relación social alta	13
3.2.7	Conducta	13
3.2.8	Introvertido	13
3.2.9	Extrovertido	14
3.3	El rol del profesor de educación física en el ámbito social	14
3.3.1	Familia	14
3.3.2	Desintegración Familiar	15
3.4	El rol del profesor de educación física desde el ámbito laboral	15
3.4.1	Espacios e instalaciones para la clase de EF.	15
3.4.2	Utilización de un material adecuado	16
<b>IV</b>	<b>Marco operativo</b>	16
4.1	Diseño de la investigación	17
4.1.1	Equipo de investigación	17
4.2.1	Presupuesto	17
4.2.3	Programación	18
<b>V</b>	<b>presentación de resultados</b>	19
5.1	Análisis de datos	19
5.2	Interpretación	20
<b>VI</b>	<b>Conclusiones</b>	21
<b>VII</b>	<b>Recomendaciones</b>	22
<b>VIII</b>	<b>VIII Bibliografía</b>	23

<b>IX</b>	<b>Anexos</b>	24
9.1	Glosario	24
9.2	Instrumentos	26
9.3	Programa de docencia	29
9.4	Programa de extensión	35

## INTRODUCCION

El ser humano es uno de los agentes de gran capacidad para armonizar tanto con su homólogo como con su medio ambiente, capacidad que puede limitarse por diversos factores que inciden en el desarrollo que se evidencia en el caso de los estudiantes, en diferentes ámbitos como: el biológico, psicológico, social y laboral; con tendencia a frenar el desarrollo integro de los mismos y contribuir negativamente al enfrentar dificultades, desde una perspectiva amplia.

Cuando se hace mención al ámbito biológico, lo enmarcamos en el contexto de la alimentación, discapacidades físicas o táctiles, el nivel energético en la clase y la higiene.

El ámbito psicológico hace referencia a la motivación por la clase, autoestima, relaciones sociales y la conducta.

Mientras que el ámbito social se enfoca a la integración familiar, uso de tecnología (redes sociales), facilidad de transporte y apoyo de los padres.

El ámbito laboral considera a: la infraestructura, implementación, capacitación y la aceptación de los padres.

La Escuela Normal de Educación Física kilómetro 197.5, Quezaltepeque, Chiquimula, nivel medio, ciclo Diversificado, no escapa a esta realidad, aunque en la mayoría de la población estudiantil el estudio demuestra que provienen de hogares con recursos estables, donde sus condiciones de vida han sido buenas, por ende no presentan situaciones de desnutrición, su gasto energético en la clase es alto, su motivación por la clase es alta.

El rol del profesor de educación física en el desarrollo integral de los estudiantes es de gran importancia porque la influencia en los estudiantes es alta en cuanto a nivel biológico, psicológico y salud, como la conducta, autoestima, motivación, higiene,

en este sentido, la educación física constituye una opción para atender diferentes problemáticas. Y partiendo de concepciones educativas y de la forma como educa al cuerpo, podremos formar seres humanos desde el punto de vista biopsicosocial. Es importante mencionar que las actividades deportivas y recreativas en el adolescente, son un medio que, aplicado con rigurosidad y constancia, permite y facilita procesos de autoconocimiento, interacción, socialización, e inclusión, en la comunidad escolar. Es por ello que los profesores en general, deberían educar e inculcar este tipo de juego o actividades en las labores escolares y asegurar en los estudiantes un futuro lleno de goce, honestidad, respeto y colaboración consigo mismo y con los demás.

En vista de esta circunstancia el siguiente trabajo de investigación se dirige al análisis del rol del profesor de educación física del PADEP/DEF, en el desarrollo integral de los estudiantes, desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral en la Escuela Normal de Educación Física kilómetro 197.5 Carretera a Esquipulas, Colonia Los Pinos, Quezaltepeque, Chiquimula, jornada doble, nivel medio ciclo Diversificado y así ejecutar estrategias para la disminución a esta problemática.

## **I MARCO CONCEPTUAL**

A continuación se presenta el planteamiento y justificación del tema a investigar para luego encontrar soluciones o disminuir esta problemática.

### **1.1 Planteamiento**

Para abordar el rol del profesor de educación física en el desarrollo integral de los estudiantes es necesario concebir que la educación física fortalece las habilidades y aptitudes de cada estudiante, el docente facilita, guía, descubre tales habilidades, también influye en el desarrollo de sus capacidades motrices, físicas - deportivas, así como psicológicas, sociales a través de experiencias que él planifica según las necesidades de su población estudiantil, para motivar la participación activa que permita a estos conservar un estado de salud físico y mental satisfactorio.

El rol del profesor de educación física en el ámbito biológico se enfoca a las condiciones saludables que la persona debe poseer para una buena calidad de vida, así también a detectar cuando existan deficiencias de carácter alimenticio que afecten el rendimiento de la persona, o limitaciones físicas o sensoriales (auditivas o visuales).

En el ámbito psicológico el propósito fundamental es que el estudiante mejore a través del ejercicio físico su conducta y sus relaciones sociales, pues con la participación activa en clase aumentan la actividad cerebral, elevando su autoestima, sin temor al fracaso.

El aspecto social tiene la intención de crear un ambiente propicio que le permita relacionarse con sus compañeros, a través de actividades de juego en donde se principia con respetar las reglas del mismo y convivir en grupo, pues las

actividades lúdicas divierten, socializan con distintas personas de diferentes pensamientos, costumbres o religiones.

En lo laboral el docente debe aprovechar cada recurso con que se cuenta en el establecimiento aún si éste no responde a las necesidades, pero debe ser consciente que esto no puede limitar el compromiso con sus estudiantes, por lo que la planificación se contextualiza y se persiguen las competencias pertinentes.

Para abordar el objeto de estudio se hizo énfasis en la carencia de habilidades técnico - deportivas con las que ingresan los estudiantes a cuarto bachillerato, en específico el deporte de baloncesto en los alumnos de la Escuela Normal de educación Física de Chiquimula pues la práctica del mismo es importante para el desarrollo de la habilidad deportiva, capacidades físicas condicionales, coordinativas, de comportamientos positivos, de adaptación social y trabajo en equipo aspectos importantes para la formación de futuros maestros de educación física.

El objeto de estudio se abordó con los estudiantes en temas específicos, de los ámbitos que abarcan su desarrollo integral, a través del deporte como medio de la educación física, en especial el baloncesto, a partir de las siguientes interrogantes:

¿Cuál es el rol del profesor de educación física de -PADEP/DEF- en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito biológico?

¿Cuál es el rol del profesor de educación física de -PADEP/DEF- en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito psicológico?

¿Cuál es el rol del profesor de educación física de -PADEP/DEF- en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito social?

¿Cuál es el rol del profesor de educación física de -PADEP/DEF- en el desarrollo integral de los estudiantes desde el ámbito laboral?

## **1.2. Justificación.**

Porque la educación física hoy en día exige de estrategias que motiven a la participación activa de los estudiantes y el docente de educación física de PADEP/DEF, a lo largo de su preparación en este programa ha adquirido conocimientos que lo convierten en un educador innovador, posee habilidades físico deportivas para ser ejemplo de los escolares, facilita el proceso docente, utiliza metodologías novedosas, necesarias para motivar la participación activa de todos, siendo consciente de los cambios fisiológicos, psicológicos y sociales, como consecuencia de un proceso sistematizado que pretende formar un ser humano íntegro.

Con esta investigación se pretende encontrar qué papel juega el profesor de educación física de PADEP/DEF para desarrollar de forma íntegra a los estudiantes en aspectos orgánico - funcionales, de higiene tanto física como mental, comportamiento, autoestima, adaptación social, importantes para mejorar la calidad de vida en el educando así como también acrecentar la clase de educación física para que ésta pueda establecerse como un medio donde se puedan generar cambios importantes en nuestra población escolar en los siguientes ámbitos:

### **1.2.1 Ámbito biológico**

Desde éste ámbito alcanza el logro de una conciencia higiénica que fomente las condiciones que estimulen una vida sana y activa.

Para lograr cambios significativos en el organismo es necesario tomar en cuenta la frecuencia de la práctica físico - deportiva pues es así como se generan respuestas del cuerpo en los niveles energéticos, de acuerdo a su alimentación, o si existen limitaciones físicas o sensoriales.

### **1.2.2 Ámbito psicológico**

La práctica deportiva como la del baloncesto genera la posibilidad de resolver diversas situaciones psicomotrices lo que permite influir en la conducta, en su estado de ánimo, favorecer la autoestima y por ende mejoran sus relaciones sociales.

### **1.2.3 Ámbito social**

El baloncesto es un deporte de conjunto por lo cual se promueve el trabajo en equipo, unir esfuerzos para lograr un beneficio común, valora la importancia de las capacidades de cada uno de sus integrantes potencializándolas para resolver múltiples situaciones en el juego y también en su vida familiar.

### **1.2.4 Ámbito laboral**

Educación física es un espacio donde la creatividad es un factor determinante, y más cuando nuestra realidad es nefasta en cuanto a infraestructura, es ahí donde surge la necesidad de aprovechar los espacios, el recurso con que se cuenta y aunque éste es un deporte muy complejo, se puede crear un ambiente favorable que motive la participación activa de nuestros estudiantes.

## **II. MARCO METODOLÓGICO**

El marco metodológico lo comprende el objetivo general y específico, método a utilizar, muestra, recolección de datos y análisis estadísticos, e instrumento, para el desarrollo de la investigación.

## **2.1. Objetivo**

En la presente investigación se plantearon el objetivo general para tener un marco de referencia con respecto a logro de los mismos.

### **2.1.1. Objetivo general**

Diagnosticar el rol del profesor de educación física de PADEP/DEF, en el desarrollo integral de los estudiantes, desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral, en la Escuela Normal de Educación Física kilómetro 197.5 Carretera a Esquipulas, Colonia Los Pinos, Quezaltepeque, Chiquimula, jornada doble, nivel Diversificado.

### **2.1.2. Objetivo específico**

Para una mejor comprensión de este proceso de investigación se formulan cuatro objetivos específicos de acuerdo a los ámbitos que se abarcarán.

- Identificar las características biológicas que influyen en el rendimiento de los estudiantes dentro de la clase.
- Describir los aspectos psicológicos que prevalecen en respuesta a situaciones lúdicas y motrices durante la clase.
- Listar los aspectos sociales en el contexto de los estudiantes, que condicionan su desenvolvimiento personal.
- Identificar por medio de una herramienta escrita (boleta de encuesta) en la Escuela Normal de Educación Física Chiquimula, los principales inconvenientes que limitan la labor docente.

## **2.2. Método.**

En la investigación se utilizó la metodología descriptiva porque tiene como finalidad definir, clasificar, catalogar o caracterizar el objeto de estudio, y en este caso está describiendo sus características y su forma de ser.

También cualitativa porque se basó en la utilización del lenguaje verbal y describe fenómenos sociales, y en este caso se dan a conocer rasgos de su entorno.

Recurrió a la cuantificación porque se describen: cantidad de estudiantes, clasificación de género y etnia.

### **2.2.1 Muestra**

La Escuela Normal de Educación Física kilómetro 197.5 Carretera a Esquipulas, Colonia Los Pinos, Quezaltepeque, Chiquimula, jornada doble, nivel medio, ciclo Diversificado, cuenta con una población 42 estudiantes en la carrera de bachillerato en ciencias y letras con orientación en educación física. Para llevar a cabo la investigación se tomará una muestra de 15 estudiantes por grado para un total de 30 estudiantes.

### **2.2.2. Recolección de datos**

Se realizó a través de los profesores en sus respectivos establecimientos. Para obtener información se utilizó una boleta de encuesta y a través de una entrevista el estudiante respondió de forma verbal para que el investigador anote la información.

### **2.2.3 Análisis estadístico**

Se calcularon promedios y valores relativos en base a los resultados que se obtuvieron en los porcentajes que arrojaron las encuestas realizadas con los estudiantes.

### **2.2.4 Instrumentos**

Se utilizó un cuestionario para que el estudiante respondiera a través de una entrevista y el profesor escribió la información recabada, además recurrió a la observación directa para obtener los datos requeridos que sustentara la investigación.

## **III MARCO TEORICO**

A continuación se presenta la fuente de información que sustentó la investigación.

### **3.1 El rol del profesor de educación física desde el ámbito biológico.**

En este ámbito el profesor de educación física juega un papel fundamental en sus estudiantes a partir de que en cada persona existe una condición física natural que responde a sus características propias y a su evolución, que debe ser cuidada, mejorada y potenciada para favorecer un incremento de la salud y de la calidad de vida.

#### **3.1.1 Nutrición sana**

(H. Williams, 2002, p. 25) “Las funciones principales de los nutrientes contenidos en los alimentos que comemos son: proporcionar energía, construir y reparar los tejidos corporales y regular los procesos metabólicos del organismo”.

Es importante conocer cuáles son los nutrientes que nos aportan suficiente energía al organismo para compararlo con las actividades que realizamos en nuestra vida cotidiana y así poder balancear la utilización de nuestro tiempo en actividades de ejercicio físico, para no caer en un exceso de consumo alimenticio que nos podría llevar al sobre peso o incluso a la obesidad que posteriormente conlleva a la persona al padecimiento de enfermedades como la diabetes, la hipertensión, problemas cardiacos.

### **3.1.2 Desnutrición**

(Gómez, 2007, p. 199)“La mal nutrición se presenta cuando la persona no ingiere o ingiere en exceso algunos de los alimentos que le aportan las sustancias nutritivas”.

En los establecimientos es necesario detectar cuando existen casos de desnutrición por diferentes razones: porque un estudiante con desnutrición presentará un estado de ánimo muy bajo y su capacidad de concentración, retención serán deficientes. En estos casos el docente deberá tomar las acciones necesarias para ayudar a disminuir las deficiencias que presente, pues en algunos casos la desnutrición en los primeros tres años de vida causa daños irreversibles en cuanto a las destrezas de aprendizaje.

### **3.1.3 Obesidad**

(Ayela, 2009, p. 9) “La obesidad y el sobre peso se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud”.

El bienestar físico y social se puede lograr cuando la persona es disciplinada en todos los ámbitos como dormir bien, una alimentación balanceada y sobre todo haciendo ejercicio físico todos los días, las demás actividades que realice de buena manera son el indicador de que goza de buena salud tanto física como mental.

El ejercicio físico es esencial para el mantenimiento y mejora de la salud y la prevención de las enfermedades, para todas las personas y a cualquier edad. La educación física contribuye por medio del ejercicio a la prolongación de la vida y a mejorar su calidad.

#### **3.1.4 Discapacidad**

(Mendez, 1991, p. 27) "cualquier restricción o carencia de la capacidad para realizar una actividad de la misma forma que la que se considere normal".

En la clase de educación física se deben incluir los estudiantes que presenten cualquier tipo de discapacidad, para adaptarle si es necesario las actividades que los demás realizan. En ningún momento se debe excluir porque sufriría daño psicológico porque se contribuiría a al rechazo por parte del grupo.

#### **3.1.5 Discapacidad visual**

(Restrepo, 2008, p. 33) "cualquier grado de discapacidad visual que limite significativamente lo que una persona ve y que no se pueda corregir con gafas de prescripción"

El docente de educación física en primer lugar debe diagnosticar que sus estudiantes no presenten algún tipo de discapacidad visual, para luego reportarlo a la dirección del plantel y se pueda gestionar todo tipo de adaptación curricular que el Ministerio de Educación proporciona para este tipo de casos.

#### **3.1.6 Discapacidad auditiva**

(Jimenes, 2009, p. 199) "sordera es un término general usado para describir todos los tipos y grados de pérdida auditiva"

Este es otro tipo de discapacidad en el que se puede adaptar diferentes actividades e incluso materiales que con las gestiones pertinentes las brinda el

MINEDUC, además se debe promover la participación en la clase al educando que presente estos problemas auditivos

### **3.2 El rol del profesor de educación física desde el ámbito psicológico.**

(Estrada, 2002, p. 26) “El reconocimiento al esfuerzo es fundamental y cuando se da el caso de requerir mayor rendimiento por parte del alumno, debe existir la libertad de comunicarse con confianza”

El docente de educación física respeta el principio de la individualización que no solo se refiere al aspecto físico – motriz, sino también a las características temperamentales y de carácter o comportamientos. Además es una figura que representa mucho para sus estudiantes, por ello debe ser cauteloso en su actuar en cuanto a no dañar la autoestima de los estudiantes; potencializando el reconocimiento de sus esfuerzos y sus logros, para motivarle a superar y desarrollar sus capacidades.

#### **3.2.1 Motivación por la clase**

(Estrada, 2002, p. 26) “La motivación por parte del maestro es uno de los mejores reconocimientos que el alumno puede recibir y lo ayuda a tomar seguridad de sí mismo y a confiar en lo positivo de su personalidad”.

La motivación en una persona es un factor determinante y el ejercicio físico, el deporte o la recreación es el medio por el cual se puede mantener una persona con una alta motivación porque en estas tres actividades buscan siempre un objetivo competitivo final y cuando se consiguen dan grandes satisfacciones, y animan a seguir luchando para alcanzar mucho más, en cualquier ámbito de la vida.

El educador necesita conocer el modo de ser de sus educandos, pues el trato personal hacia ellos motivará o desmotivará la participación en la clase y no es posible lograrlo sin el conocimiento suficiente de cada persona y sin el ajuste oportuno al carácter.

### **3.2.2 Autoestima**

(Estrada, 2002, p. 17) “Es la importancia que una persona le da a su propia valía y se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que la misma persona ha ido recogiendo durante su vida sumando a esto una actitud propia”.

Hacer ejercicio conlleva a múltiples beneficios, pero uno de ellos es el conseguir una buena forma física, factor por el cual se eleva la autoestima en la persona que hace ejercicio. Otros factores que también mantienen una buena autoestima es el completo estado de bienestar físico y mental que posee una persona.

### **3.2.3 Autoestima alta**

(Estrada, 2002, p. 25) “Los jóvenes con alta autoestima de sí suelen proceder de familias adultas, en cuyo matrimonio tienen también un alto grado de estima que transmiten a sus hijos”.

En la clase de educación física es común observar estudiantes con una excelente disposición a la clase con los cuales no se tienen inconvenientes para la realización de la misma, pero también existen los estudiantes que muestran actitudes negativas y que buscan influir en los demás para lograr un desorden en el grupo, pero en estos casos en su mayoría lo hacen para ser el centro de atención, porque provienen de hogares desintegrados, o en otros casos son víctimas de violencia intrafamiliar. El rol del profesor en estas situaciones sería la de brindarle confianza a los educandos e incluirlos en lugar de cometer el error de sacarlos de la clase, porque con ello lo que se ganaría es empeorar la situación.

### **3.2.4 Auto estima baja**

(Estrada, 2002, p. 25) “Los padres incongruentes parecen ser quienes crean problemas más serios: si uno dice o hace sentir una cosa al hijo y el otro procura sensaciones diferentes, el sujeto mantendrá opiniones contradictorias hacia el mismo”.

La baja autoestima se puede manifestar de diferentes maneras pero una de ellas es no sentirse identificado consigo mismo y recurrir a comportamientos de querer ser aceptados a cualquier precio aun este sea el tener una conducta inapropiada, pero ello se puede mejorar en la clase de educación física cuando se le plantean actividades o situaciones de ejercicio o juego donde tenga que demostrar de lo que puede ser capaz de lograr.

### **3.2.5 Relaciones sociales**

*“Él y la joven como ser social necesita de un grupo, que le permita desarrollarse en el ámbito de la comunicación, la cooperación, la negociación y el respeto por las reglas, le enseñe diferentes formas de resolver conflictos y, a la vez, le permita sentir el reconocimiento y la aceptación de los demás”.*  
(Laylle, 2002, p. 38)

El profesor de educación física observa cuando sus estudiantes mantienen una buena relación con los demás por ejemplo: cuando se forman grupos por afinidad, cuando se está haciendo una tarea con dificultad el apoyo mutuo del grupo; pero también se nota cuando las relaciones sociales no van bien con alguno porque en actividades como estas se evidencia rechazo y desconfianza.

### **3.2.6 Relación social alta**

(Laylle, 2002, p. 39) “Al insertarnos a un grupo, aprendemos y hacemos lo que nos dará aprobación social, es decir, lo que mantendrá una actitud favorable del grupo hacia nosotros”.

Cuando un niño crece en un ambiente agradable en su hogar refleja mucha seguridad en sí mismo y su relación con los demás es buena, porque es una persona que muestra disposición positiva para alcanzar el bien común y esto lo convierte en un líder, que no solo indica que hacer en una situación sino se pone al frente a trabajar en ello.

### **3.2.7 Conducta**

(de la Mora, 1997, p.19) “Diversas formas de comportamiento de los seres vivos en determinadas situaciones”,

El docente de educación física conoce de las conductas de sus estudiantes y debe atender a casos donde se dificulte el aprendizaje, proponer en conjunto con la comunidad educativa se atienda para buscar posibles soluciones y de esa forma mejorar el proceso educativo.

### **3.2.8 Introverso**

(G. Morris, 2005 p. 385) “Los introvertidos están más ensimismados en su mundo privado. Tienden a ser poco sociables y carecen de confianza al tratar con otras personas”.

En este caso vamos a centrarnos en los adjetivos más comunes que se les atribuye a los introvertidos como: pasivo, cuidadoso, pensativo, pacífico, controlado fiable, calmado. Los extrovertidos les suelen ver como personas

"aburridas" y "apáticas" muchas veces, y es que los introvertidos muchas veces necesitan mucha motivación para explotar sus capacidades.

### **3.2.9 Extrovertido**

(G. Morris, 2005 p. 385) "Dirigen su atención al mundo externo. Tienen un interés activo en la gente y los acontecimientos que suceden a su alrededor".

La conducta extrovertida en la escuela es notoria en la mayoría de los escolares, que indica ya sea buena salud física, como también falta de atención en el hogar; lo cierto es que el docente debe canalizar esa energía o comportamiento en actividades que demanden concentración y gasto energético.

### **3.3 El rol del profesor de educación física desde el ámbito social.**

Los procesos educativos en las escuelas se deben desarrollar con el acompañamiento de padres de familia, para facilitarle al estudiante la comprensión de los nuevos conocimientos y su adaptación a la sociedad.

#### **3.3.1 FAMILIA**

"Guerra, 1,996, p. 63) opina que la familia "Es un sistema cuya finalidad es transmitir pautas de civilización de una generación a otra. Para ello desempeña una función biológica de protección, crianza y reproducción, a la vez que realiza una función psicológica de construcción de identidades, papeles y adaptación social".

En la escuela se fortalecen los valores y normas que en la familia se adquieren, cuando se presentan casos de mala conducta se deben tratar en conjunto con director, docentes, padres de familia porque no es solo responsabilidad de la escuela sino de padres de familia también.

### **3.3.2 Desintegración familiar**

(Rodríguez y Parada, 2,000, p. 18) Las familias son afectadas por problemas que influyen en sus relaciones. Los principales problemas son la falta de comunicación y las formas de conducta no adecuadas.

La desintegración puede ser: física o emocional, es física cuando falta uno de los cónyuges, ya sea por causa voluntaria como divorcio, separación, abandono del hogar y causa involuntaria como muerte, guerra, cárcel, enfermedad; la emocional es la relación inter-familiar que se caracteriza por falta de comunicación y comprensión, en donde los cónyuges viven juntos por compromiso, sin apoyo moral y afectivo. Presentando conductas agresivas, infidelidad, peleas constantes, gritos, no solo entre ellos mismos sino que en momento determinado hay actitudes hacia los hijos de palabras ofensivas e hirientes, incesto y todo lo referente a la violencia intrafamiliar. El niño no es un ente aislado de la familia, al contrario es parte importante de la misma y al haber ruptura del núcleo familiar, reciente enormemente el problema, afectándolo en todas sus etapas de crecimiento y desarrollo, trasladando su problema a todos los lugares en que se desenvuelve, como la escuela en donde estudia, dando como resultado el bajo rendimiento escolar, baja autoestima, regresiones, apatía, cambio de carácter, timidez, agresividad, conductas inapropiadas, inadaptación o rechazo por la familia y la sociedad; que podrían desembocar en algunas oportunidades en abandono de la escuela, ya sea porque no se sienta motivado a seguir o porque las autoridades de la escuela ya no soportan las actitudes de agresividad del estudiante.

## **3.4 El rol del profesor de educación física desde el ámbito laboral.**

### **3.4.1 Espacios e Instalaciones de las clases de EF**

*“Teóricamente deben de cumplir una serie de requisitos, que en la mayoría de los casos no se respeta, pero es necesario insistir en que así sea; considerando la*

*limpieza, ventilación, luz y estado de los materiales en los vestuarios, patios, gimnasios y pista” (Cruz, 1989, p. 16).*

Además, se debe de estudiar detenidamente las irregularidades de las superficies, que no existan objetos dispersos por ella (tanto deportivo como no deportivo), así como su grado de deslizamiento-rozamiento.

Los espacios donde se practica la educación física deben ser seguros para los estudiantes, que no representen riesgo alguno de lesiones a la hora de realizar diferentes actividades físico deportivas.

### **3.4.2 Utilización de un material adecuado**

*“Los materiales diseñados para su utilización en la AF, normalmente presentan un uso específico, y es éste el que debemos atribuir durante la práctica. De no ser así estamos expuestos bien a deteriorar el material, bien a provocar algún tipo de accidente nunca deseado. Además, debemos prestar atención a su nivel de deterioro (astillado, oxidado, adecuada sujeción, etc.) y adecuación o no a las posibilidades del alumnado (Cruz, 1989, p. 28).*

Así, se puede afirmar que el correcto estado y utilización de los espacios y materiales donde el niño va a llevar a cabo su clase se convierte en fuente de prevención de accidentes y, por tanto en fuente de salud.

La seguridad en la infraestructura es primordial porque de esa manera los estudiantes y el docente crearán un ambiente favorable a la práctica de actividades físico deportivas.

## **IV. MARCO OPERATIVO**

Para sustentar esta investigación se apoyó de recursos, tecnológicos, físicos y humanos así como un presupuesto para solventar gastos de los cuales se detallan a continuación

#### **4.1. Diseño de la investigación.**

Esta investigación se sustentó en datos reales y se elaboró un instrumento que permita recolectar la información que se requiera, la cual debe ser de forma descriptiva, por medio de análisis de datos extraídos de porcentajes presentes en la tabulación de la información recolectada

##### **4.1.1. Equipo de investigación.**

El equipo lo constituyen herramientas tecnológicas como lo son: computadora, impresora, fotocopidora, internet, redes sociales, celular. Así como también material de oficina como hojas de papel bond, lapiceros, grapadoras, grapas, el director del establecimiento, docentes, estudiantes, padre de familia y el investigador.

##### **4.1.2. Presupuesto**

Los recursos utilizados desde los inicios de la investigación se detallan a continuación acompañados del presupuesto respectivo.

- Impresiones Q.100.00
- Fotocopias Q. 50.00
- Recargas de internet Q. 300.00
- Llamadas telefónicas Q. 200.00
- Combustible para vehículo Q. 150.00

Para un total de Q.800.00.

### 4.1.3. Programación.

CONCEPTO	AGOSTO				SEPTIEMBRE				OCTUBRE				NOVIEMBRE				DICIEMBRE				ENERO				FEBRERO				MARZO				ABRIL			
	I	II	III	IV	I	II	III	IV	I	II	III	IV	I	II	III	IV	I	II	III	IV	I	II	III	IV	I	II	III	IV	I	II	III	IV	I	II	III	IV
Asignación del tema	X																																			
Planteamiento del problema			X	X																																
Elaboración de objetivos						X	X																													
Redacción de justificación						X	X																													
Selección de temas para marco teórico										X	X	X																								
Revisión bibliográfica										X	X	X																								
Desarrollo del marco teórico																	X	X	X	X	X	X	X	X												
Revisión secuencial I																									X											
Formulación del instrumento																									X											
Administración del proyecto																									X	X										
Ejecución del instrumento																									X											
Tabulación de datos																									X	X										
Análisis e interpretación de datos																										X	X	X	X	X						
Revisión secuencial II																											X	X								
Afinar detalles de forma																											X	X								
Evaluación																											X									
Revisión final																															X					
Impresión																																			X	
Entrega de sistematización (USAC)																																			X	
Entrega de sistematización (DIGEF)																																			X	

## **V. PRESENTACION DE RESULTADOS**

Se muestran detalles de los resultados de la encuesta realizada se presenta un análisis descriptivo de los porcentajes que arrojan cada uno de los ámbitos abordados.

### **5.1. Análisis de datos**

Los resultados obtenidos en la Escuela Normal de Educación Física kilómetro 197.5 Carretera a Esquipulas, Colonia Los Pinos, Quezaltepeque, Chiquimula, jornada doble, nivel medio ciclo diversificado, nos indican que 77% de la población estudiantil es del género masculino, las edades oscilan entre los dieciséis y diecisiete años, el 53% de la población es de cuarto bachillerato, en su totalidad la población es ladina, el 97% de la población es de situación económica estable.

En el ámbito biológico el 97% de la población escolar de este establecimiento se encuentra en forma en el aspecto nutricional, en cuanto a situaciones de discapacidad un estudiante que representa el 3% se encuentra con deficiencia visual, el resto en estado normal, el nivel energético en la clase es del 83% y en cuanto al nivel de higiene el 87% es alto.

En el ámbito psicológico la totalidad de los estudiantes evidencian motivación por la clase, el 80% de la población con alta autoestima, y el 57% de sus relaciones sociales es alta, se puede notar la conducta extrovertida en un 37%, la normal en un 57%, y un 7% introvertido.

En el ámbito social el 60% de los estudiantes provienen de familias integradas, un 37% de familias desintegradas y 1 que representa el 3% es huérfano, el 70% de la población tienen acceso limitado a la tecnología (redes sociales), para un 30% es accesible, todos tienen accesibilidad en el transporte, el apoyo de los padres en un 57% es alto, para un 33% es normal y para el 10% es bajo.

En el ámbito laboral (encuesta a estudiantes de PADEP-DEF, Zacapa) los estudiantes califican la infraestructura con el 18% buena, 64% regular y 18% mala, en la implementación el 14% es buena, para el 55% es regular y el 32% es mala, en capacitación solo un 36% señala que ha sido regular, 9% indican como mala y 55% responden que ha sido nula, en la aceptación de los padres de familia el 95% es aceptada.

## **5.2. Interpretación.**

A través de la encuesta realizada se pudo comprobar que en un mayor porcentaje la población estudiantil es de situación económica estable, la mayoría de estudiantes entrevistados su estado de salud se encuentra en forma, por otra parte la totalidad de la población no padece ningún tipo de discapacidad, mientras que para todos su estado energético es alto, por encima de la mitad del porcentaje conserva un nivel de higiene alto; la población completa mantiene una alta motivación por la clase; se puede comprobar que más de la mitad poblacional entrevistada proviene de familias integradas, lo que puede favorecer la buena conducta, sus relaciones sociales y su autoestima, por lo cual todos mantienen una alta motivación por la clase, puesto que cuentan con el apoyo necesario de los padres para permanecer constantes en toda actividad que realicen.

Se evidenció que no todos tienen acceso a la tecnología por lo que es limitado el uso de redes sociales, así como también en su totalidad tienen acceso a transporte lo que les facilita su traslado al establecimiento educativo.

En el aspecto laboral se tomó como muestra al grupo de estudiantes investigadores, a lo que la mayoría expuso que la infraestructura de los centros educativos donde laboran es regular, mientras que la implementación para la práctica de la clase de educación física es también regular, así como la capacitación docente es nula, y una buena aceptación de los padres de familia.

## VI. CONCLUSIONES

- Se diagnosticó el rol del profesor de educación física de PADEP/DEF, en el desarrollo integral de los estudiantes, desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral, en la Escuela Normal de Educación Física kilómetro 197.5 Carretera a Esquipulas, Colonia Los Pinos, Quezaltepeque, Chiquimula, jornada doble, nivel Diversificado.
- Es esencial conocer los beneficios que proporciona la educación física para el desarrollo integral de los estudiantes en el ámbito biológico, psicológico y social de los estudiantes de este establecimiento.

### ▪ Conclusiones

- Se identificó a detalle las características biológicas que influyen en el rendimiento de los estudiantes dentro de la clase.
- Se describió los aspectos psicológicos que prevalecen en los estudiantes en cuanto a su conducta.
- Se listó los aspectos sociales en el contexto de los estudiantes, que condicionan su desenvolvimiento personal.
- Se Identificó por medio de una herramienta escrita (boleta de encuesta), los principales inconvenientes que limitan la labor docente.

## VII. RECOMENDACIONES

- ✓ Promover el consumo de alimentos saludables en el establecimiento educativo en horarios de receso.
- ✓ Mantener la motivación de los estudiantes en cada clase por medio de actividades novedosas y evitar caer en la monotonía.
- ✓ Utilizar las redes sociales como fuente de retroalimentación, con fotografías, videos, textos, de ejercicios físicos o técnicas deportivas.
- ✓ Promover la elaboración de implementos o recursos didácticos con material desechable.
- ✓ Tomar acciones oportunas cuando se detecten casos de mala nutrición, limitaciones físicas, conductas inadecuadas, descuido en la higiene, desintegración familiar, deterioro de infraestructura o implementación.

## VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Paola Michelle Rodríguez García, José Rodolfo Parada Santizo, Estudios Sociales Primer Curso Básico, 2000, p. 18
- Cruz, Prevención de accidentes y lesiones en la clase de Educación Física 1989, p. 16, 28
- Lic. Marco Tulio Estrada, Manual de Educación Preventiva Integral, p. 17, 25, 26
- Guerra, Funciones de la Familia, 1996, p. 63
- *Manual de educación preventiva integral, Dr. Carlos Laylle, 2002, p. 38 y 39*
- Obesidad Problemas y Soluciones, Ma. Rosario Trinidad Ayela Pastor. 2009, p. 9
- Educación Para la Salud, Omar Gómez Vega. 2007, p. 199
- Nutrición Para la Salud, La Condición Física y el Deporte. Melvin H. Williams. 2002, p. 25
- Jorge G. de la Mora Ledesma, Psicología del Aprendizaje. 1977
- Charles G. Morris, Introducción a la Psicología, 2006
- Ester Méndez Mora, INTRODUCCION AL ESTUDIO DE LA INVALIDEZ, 1991, p. 27
- Carlos Alberto Restrepo Peláez, Rehabilitación en Salud, 2008, p. 33
- Miguel Jiménez Santiago, Expresión y comunicación. 2009, p. 199

## **IX. ANEXOS**

Este está integrado por los instrumentos que utilizamos para la recolección de datos como: la boleta de encuesta, el programa docente, las guías de campo y el glosario.

### **9.1 Glosario**

#### **“A”**

Actividad física es cualquier actividad o movimiento que realiza el ser humano en su vida cotidiana.

Ámbito: es el espacio o campo en que se desenvuelve una persona.

Autoestima: como una persona se valora así misma.

#### **“B”**

Biología: ciencia que estudia a los seres vivos en cuanto a su origen, estructura y funcionamiento.

#### **“C”**

Capacidades físicas: son las que posee una persona para el buen funcionamiento corporal como lo es: la fuerza, la velocidad, la resistencia, la flexibilidad y la coordinación.

Condicionamiento físico: es el desarrollo planificado de las capacidades físicas.

#### **“D”**

Desnutrición: falta de consumo de nutrientes esenciales que el cuerpo necesita.

**“E”**

Educación física: educar el cuerpo a través del movimiento.

**“M”**

Movimiento: es el cambio postural de uno o más segmentos corporales.

**“P”**

Psicología: ciencia que estudia la conducta del ser humano.

**“S”**

Social: es cómo actúan entre si las personas.

## 9.2 Instrumentos

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL  
DEPORTE –ECTAFIDE-  
PADEP/DEF



**INSTRUCCIONES:** El profesor de educación física, actuará como entrevistador para llenar la boleta de encuesta.

---

**NOMBRE DEL**

**ESTUDIANTE:**

---

**GÉNERO:**

---

**No. CARNÉ:**

---

**SECCIÓN:**

---

---

### **TÍTULO DE LA SISTEMATIZACIÓN**

El rol del profesor de educación física de PADEP/DEF, en el desarrollo integral de los estudiantes, desde el ámbito biológico, psicológico, social y laboral, en la “Escuela Normal de Educación Física Chiquimula”, jornada doble, del nivel educativo Medio, Ciclo Diversificado, km. 197.5 Carretera a Esquipulas, col. Los Pinos, Quezaltepeque, Chiquimula.

---

### **LUGAR DE LA SISTEMATIZACIÓN**

---

“Escuela Normal de Educación Física Chiquimula”

---

## I. DATOS GENERALES DEL ESTUDIANTE (ENCUESTADO)

1.1.	Género	
1.2.	Edad	
1.3.	Grado	
1.4.	Etnia (aparente)	
1.5.	Situación económica	

## II. ÁMBITO BIÓLOGICO

2.1.	Situación nutricional (aparente)	
2.2.	Discapacidad (física)	
2.3.	Nivel energético en la clase	
2.4.	Higiene	

*NOTA respuestas posibles: 2.1 (desnutrido, obeso, en forma). 2.2 (amputaciones, deformaciones de nacimiento, visual, auditivo o Normal). 2.3 (alto, medio o bajo). 2.4 (Alta, normal o baja).*

## III. ÁMBITO PSICOLÓGICO

3.1.	Motivación por la clase	
3.2.	Autoestima (aparente)	
3.3.	Relaciones sociales	
3.4.	Conducta	

*NOTA respuestas posibles: 3.1 (alta, normal o baja). 3.2 (Alta, normal o baja). 3.3 (Alta, normal o baja). 3.4 (extrovertido (a), normal o introvertido (a)).*

## IV. ÁMBITO SOCIAL

4.1.	Integración familiar	
4.2.	Uso de tecnología (redes sociales)	
4.3.	Facilidad de transporte	

4.4.	Apoyo de los padres	
------	---------------------	--

*NOTA respuestas posibles: 4.1 (Integrada, desintegrada o huérfano). 4.2 (Accesible, No accesible o Limitada). 4.3 (Accesible, No accesible o Limitado). 4.4 (alto, normal o bajo).*

#### **V. ÁMBITO LABORAL (PROFESOR)**

5.1.	Infraestructura	
5.2.	Implementación	
5.3.	Capacitación	
5.4.	Aceptación de los padres	

*NOTA respuestas posibles: 5.1 (Buena, regular o mala). 5.2 (Buena, regular o mala). 5.3 (Alta, regular, baja o nula). 5.4 (Alta, normal, baja o nula).*

### **9.3 Programa de docencia**

El programa inició en septiembre de 2014, y se finalizó en mayo de 2016, las unidades se conformaron en trimestres, impartiendo cuatro cursos en cada uno que en total fueron 5 trimestres, y 20 cursos aprobados, obteniendo en cada uno de ellos conocimientos a través de experiencias e interacciones en clase facilitado por los docentes especializados.

En el primer trimestre se desarrollaron los cursos de Biología, Historia y Organización de la Actividad Física, técnicas de estudio e investigación y Tics.

En biología general se aprendió sobre los rasgos genéticos del ser humano, así como la integración de los macronutrientes, la fisiología celular, reproducción sexual, el método científico. Con ello se facilita la comprensión en el consumo adecuado de los nutrientes que el cuerpo necesita para generar energía.

En Historia y Organización de la Actividad Física se conoció la fundamentación teórica de la educación física, el marco legal en Guatemala, la importancia de la educación física, su fundamentación específica como: el hábito del ejercicio físico, destreza social y la salud, los componentes específicos del contenido curricular como: Condicionamiento físico/aptitud física, Coordinación de la habilidad técnico/deportiva, la educación física abarca en la disciplina-científico-pedagógica, movimiento corporal, desarrollo morfo funcional, psicomotricidad social y cultural, sentir, hacer, pensar y querer, es importante para el desarrollo del ser humano.

En técnicas de estudio e investigación se desarrollaron ejercicios para mejorar la concentración, la metodología de la educación física, técnicas de atención, la memoria, como hacer un resumen, un esquema, la técnica del subrayado, la lectura comprensiva, técnicas de relajación de mucha utilidad.

En tecnología aplicada a la educación las TIC tecnología de la información y comunicación aplicadas a la educación como herramientas determinantes en los procesos más actualizados de aprendizaje. Por ello en la formación de los profesores en educación física para una sociedad cambiante y acelerada es indispensable fortalecer las habilidades necesarias para alcanzar las competencias de vida que nos requiere la educación del siglo XXI. Las TIC también representan un conjunto de recursos necesarios para manipular la información, entre estos recursos se destacan: Dispositivos de Hardware (Computadoras), Software (Programas informáticos), Redes de comunicación.

En el segundo trimestre se impartieron los cursos de anatomía, Pedagogía de la Educación Física, Comunicación y Redacción, y Matemática.

En anatomía general se obtuvo el conocimiento de la ciencia que estudia la estructura o morfología de los organismos. El cuerpo humano se forma a partir de las células, estas a su vez forman órganos, los órganos forman aparatos y estos sistemas. Los aparatos son: digestivo, respiratorio, reproductor y excretor. Los sistemas son: nervioso, endocrino, tegumentario, musculo esquelético, cardiovascular, inmunitario y linfático. Los planos y ejes, el esqueleto humano, los tipos de huesos y músculos, articulaciones, ligamentos y cartílagos.

En pedagogía de la educación física definida como ciencia de la educación es decir la disciplina que tiene por objeto el planteo, estudio y solución del problema educativo. La educación como un hecho inherente a la persona humana, la educación es una actividad que tiene por fin formar dirigir o desarrollar la vida humana para que este llegue a su plenitud.

Comunicación y redacción se comprendió los elementos paralingüísticos, La comunicación es la actividad más importante en la vida de relación de los individuos. La comunicación y redacción constituyen una herramienta culturalmente elaborada

que sirve para establecer comunicación en un entorno social. Técnicas de comunicación oral y escrita.

Matemática es la ciencia deductiva que se dedica al estudio de los entes abstractos y sus relaciones. En esta unidad conocimos la definición y ejemplo de representación gráfica, notación, igualdad de conjuntos, conjunto vacío, conjuntos disjuntos, subconjuntos, cardinalidad, operaciones con conjuntos, así como la definición clasificación de los números naturales, números primos, números compuestos, números Perfectos.

El tercer trimestre lo conformaron los siguientes cursos: Didáctica del movimiento, Filosofía de la Actividad Física, Fisiología General y Psicología General y Evolutiva.

Didáctica del movimiento se obtuvo el conocimiento de los métodos de enseñanza, siendo estos el método sintético o global, método analítico, método mixto.

Todo movimiento deportivo es una acción dinámica en la medida que sirve a la resolución de una tarea cinética concreta, a la realización de un objetivo determinado, es decir, de un fin prefigurado o global la base de toda actividad física que se puede realizar, la didáctica va enfocada a la aplicación adecuada de los métodos de enseñanza considerando las características individuales y tomando en cuenta las etapas del desarrollo humano.

Filosofía de la educación física entendida como un campo de estudio e investigación que abarca múltiples sectores de la vida educativa y laboral, desde el familiar educativo, pasando por el campo médico-terapéutico, hasta llegar al plano del análisis de la capacidad lúdica del ser humano, con su tendencia de transformar todo desafío físico e intelectual en un juego.

Fisiología general es la ciencia que estudia las funciones de los seres multicelulares, lo que hace esta disciplina es reunir los principios de las ciencias exactas e ir otorgándole sentido a las interrelaciones e interacciones de los elementos básicos que compone un ser vivo. Por ejemplo el sistema nervioso central es el conjunto de elementos Anatómicos encargados de regir el funcionamiento de los distintos aparatos del cuerpo humano. El cerebro está alojado en la cavidad craneal, sus medidas: 17 cms antero posterior, 14 cms transversal y 12 cms en sentido vertical, Peso de 1200 g hombre y 1100 en la mujer, dos mitades iguales denominadas hemisferios separada por la cisura inter hemisférica en donde se encuentra la hoz del cerebro.

Psicología general y evolutiva indica las etapas que atraviesa el ser humano desde su concepción y después de su nacimiento. Siendo los primeros años de vida los que determinan lo que será de adulto, también estudia la forma en la que los seres humanos cambian a lo largo de su vida, comprende el estudio del ciclo vital, observa de qué manera cambian continuamente las acciones de un individuo y como está relacionado a un ambiente que también está en constante cambio.

El cuarto trimestre ofreció los cursos de. Psicología del Aprendizaje, Sociología de la cultura Física, Fisiología del ejercicio Físico y Metodología de la Planificación Deportiva I.

Psicología del aprendizaje: estudia el proceso del aprendizaje del ser humano donde se visualizan cambios conductuales de carácter transitorio o permanente. Por ejemplo el aprendizaje a través de la observación, el entorno social, familiar y el ambiente.

Sociología de la cultura física: Trata del estudiar el condicionamiento de los componentes y contextos sociales en la interpretación del papel de la cultura física, de identificar y reconocer el sentido y valor que ha tenido el cuerpo y el movimiento en el desarrollo cultural del hombre especialmente desde una perspectiva

educativa. En este curso se aprendió como el deporte y el ejercicio físico en la actualidad a sido sustituido por herramientas tecnológicas como los celulares, juegos electrónicos y la televisión, lo cual encausa a un estado de sedentarismo a la población

Fisiología del ejercicio físico: Es el estudio de la adaptación crónica, estática y un amplio rango de condiciones que optimizan el ejercicio físico. En este curso también se estudió como aparecen los umbrales aeróbicos y anaeróbicos. Así como también que ocurre en el organismo durante y después del ejercicio físico.

Metodología de la planificación deportiva I: Tiene como objetivo determinar las condiciones tanto favorables como desfavorables que condicionan la condición la concepción y puesta en práctica de la estrategia, así como aquellas que deben ser impuestas para que pueda desarrollarse exitosamente la misma. Se aprendió a elaborar una planificación deportiva.

Quinto Trimestre: Metodología de la Planificación Deportiva II, Principios del curriculum, Acondicionamiento Físico y Sistemas de Evaluación.

Metodología de la planificación deportiva II se define como el proceso a seguir para alcanzar los objetivos concretos en unos plazos determinados y en etapas definidas. También que elementos conforman un proceso de entrenamiento deportivo.

Principios del curriculum hemos definido el currículum como el resultado que se alcanza después de aplicar ciertos criterios destinados a seleccionar y organizar la cultura para su enseñabilidad. Los componentes del currículum que son: condicionamiento físico y habilidad técnica deportiva.

El acondicionamiento físico es el estado de un individuo en lo referente a sus capacidades físicas. Consiste en preparar al cuerpo para que este en buenas condiciones y sea apto para la práctica de un deporte.

Los sistemas de evaluación debe permitir la posibilidad de que el alumno participe de forma activa en la valoración de su propio proceso de aprendizaje, obteniendo así una mayor conciencia de sus progresos y una ocasión de asumir sus responsabilidades.

La sistematización es un proceso donde nos asignaron un tema para iniciar la respectiva investigación, dando inicio con el planteamiento, justificación, los objetivos, marco teórico para darle sustento al proyecto, para la recolección de datos se elaboró una boleta de encuesta y los investigadores la aplicaron en los establecimiento en forma de entrevista. .

La fecha para el examen privado fue el 12 de marzo del 2016.

El proceso de la sistematización dio inicio en agosto de 2015 asignando el tema, y finalizó en mayo de 2016 con la entrega a las autoridades –USAC-DIGEF- para la revisión final y aprobación para proceder a la impresión y llevar acabo la graduación.

#### **9.4. Programa de extensión**

Para llevar a la práctica los conocimientos adquiridos en el programa, fue necesario realizar diferentes actividades en distintos lugares de nuestra región denominadas guías de campo, de esta manera también nos proyectamos a la sociedad como agentes promotores de una clase de educación física novedosa y con bases científicas. Estas actividades se desarrollaron con la participación de niños y jóvenes, tomando en cuenta diferentes temáticas.

##### **Guía de campo No. 1**

Realizada en Chiquimula donde se aplicaron diferentes ejercicios para observar la habilidad técnica deportiva del baloncesto en 30 jóvenes de ambos sexos, tomando en cuenta su edad, su estatura, su frecuencia cardiaca antes, durante y después de la actividad.

##### **Guía de Campo No. 2**

La actividad se realizó en Santa Rosalía Mármol con estudiantes del nivel primario, donde se desarrollaron actividades de acuerdo a su edad, los cuales fueron referentes a la motricidad, no cuentan con maestro de educación física por lo que evidenciaron dificultades para la realización de algunos ejercicios.

##### **Guía de Campo No.3**

Dirigido a niños del Nivel Pre - primario de La Fragua, Zacapa, donde se desarrolló un circuito de mini atletismo con actividades de lanzamiento de jabalina, salto de vallas, carreras en zigzag, giros en colchonetas, y equilibrio, donde demostraron con entusiasmo sus habilidades y destrezas frente a la mirada de los padres de familia.

#### **Guía de Campo No. 4**

Esta experiencia se vivió en San Vicente Cabañas con niños del nivel primario, se llevaron a cabo actividades de futbol a través de un circuito, ejecutando en cada estación ejercicios para el desarrollo de la habilidad técnica deportiva. Esta como todas las actividades se inició con la toma de la frecuencia cardiaca en reposo, durante y después de la actividad.

#### **Guía de Campo No. 5**

Esta actividad se realizó en San Agustín Acasaguastlán, a través de un festival de atletismo con niños y jóvenes que practican diferentes eventos entre ellos: el lanzamiento de jabalina, disco, bala, salto alto y carreras de medio fondo, estos atletas demostraron su habilidad en cada estación de las diferentes actividades.

#### **Guía de Campo N. 6**

En esta actividad que se realizó en Teculután experimentamos a través de una triangular de fut-sal, de rama femenina entre Teculután, Rio Hondo y el River de Zacapa, temas relacionados al sistema energético, ejercicios previos a la actividad deportiva y su recuperación después del esfuerzo.